

Pollo al Horno

Sirve: 5 porciones

Quítele el misterio al pollo al horno. Un poquito de ajo en polvo y una pizca de pimienta es todo lo que necesita para darle sabor.

Ingredientes

- 1 libra pollo deshuesado y sin piel
- 1 cucharadita ajo en polvo
- 1 cucharadita pimienta
- sal al gusto

Preparación

1. Caliente el horno a 350°F.
2. Coloque el pollo en una cacerola o recipiente para hornear.
3. Espolvoree ajo en polvo y la pimienta negra sobre el pollo.
4. Coloque en el horno durante 1 hora.

Notas

Pennsylvania Nutrition Education Program, Pennsylvania Nutrition Education Network Website Recipes

Información Nutricional

Nutrientes	Cantidad
Calorías	110
Grasa total	4 g
Grasa saturada	1 g
Colesterol	50 mg
Sodio	45 mg
Total de Carbohidrato	1 g
Fibra dietética	0 g
Azúcares totales	0 g
Azúcares Añadidas incluidas	N/A
Proteínas	16 g
Vitamina D	N/A
Calcio	N/A
Hierro	N/A
Potasio	N/A

N/A - Información no está disponible